

大学生における摂食障害傾向者のボディイメージの検討および アクセプタンス&コミットメント・セラピーの方略の違いが 非構造的ダイエット行動に及ぼす影響

The examination of body image of university students with a tendency toward eating disorder, and the influence of differences in Acceptance & Commitment therapy strategies on unconstructural diet behavior

佐々木 里恵 (Rie Sasaki) 指導：熊野 宏昭

問 題

摂食障害（以下、ED）の発症要因の一つとしてボディイメージの障害が関連することが指摘されている（森他，2003）。潜在的な指標として、刺激間の潜在的な関係性の評価方法であるThe Implicit Relational Assessment Procedure（以下、IRAP）が注目されている。しかし、IRAPを用いた先行研究において、参加者のED傾向とどのような関連を示すかは検討されていない。以上のことから、研究1において、体型と自己評価の関係性を検討可能なIRAPを作成した。そして、作成したIRAPで測定される各得点をED傾向別に検討することを目的とした。

また、アクセプタンス&コミットメント・セラピーでは、言語事象が行動に対して持つ影響力の変容をターゲットとする方略として脱フュージョン技法を用いており、そのひとつであるWord Repeating Technique（以下、WRT）は行動に影響を与えることが分かっている。しかし、Sandoz, Wilson, & Dufrene (2010) では、EDにおける価値の明確化の重要性が述べられている。しかし、ED傾向に焦点を当て、価値の明確化の重要性について実証的に検討したものは見当たらない。以上のことから、研究2では、WRTに価値の明確化を付加することで非構造的ダイエットに与える影響を検討した。

研究1 摂食障害傾向に関連するボディイメージIRAPの作成とその特徴の検討

方 法

実験参加者 4年制私立大学に通う女子大学生26名（平均年齢 19.50±1.20歳）

測度 (A) 個人特性値 摂食障害傾向：Eating Attitude Test-26（以下、EAT-26：馬場他，1993）(B) 反応時間：体型を示す言語刺激と嫌悪的・非嫌悪的な刺激語との潜在的な関係性を測定するまでの反応時間

IRAPで使用した単語 嫌悪的・刺激語「失敗」、「恥」、「無能」、「価値なし」、「拒絶」、「最低」、非嫌悪的・刺激語「好き」、「良い」、「価値あり」、「最高」、「充実」、「勝ち」の12語

結果と考察

ED傾向の高低におけるボディイメージIRAPの特徴と比較 参加者をED高群、中群、低群に分け、各群における4つのむすびつきの強さの検討を行った。結果、ED傾向高群と中群では、太い私と嫌悪的・刺激語とのつながりが有意に強かった（高群： $Z=-2.09$, $p<.01$, 中群： $Z=-2.19$, $p<.05$ ）。また嫌悪・非嫌悪を一軸上としてとらえると、ED傾向高群、中群で共通してみられた太い私と嫌悪的言語刺激とのつながりの強さが相殺される可能性が示唆された。

研究2 価値の明確化が非構造的ダイエット行動・極端な食行動・行動の拡大に及ぼす効果

方 法

実験参加者 4年制私立大学に通う女子学生10名（平均年齢 19.50±1.36歳）WRT群（5名）、Value群（5名）

測度 (a) 参加者の理想とするBMI, (b) EAT-26, (c) ダイエット行動尺度（松本他，1997）、(d) 4週間の食事日誌、(e) CFQ-28、(f) 価値に沿った行動、(g) 行動の拡大

結果と考察

Pre, Post1, Post2, Followupにおける一般的な認知的フュージョンの変化 各時点におけるCFQ-28得点の変化を検討するために、全参加者を対象としてWilcoxonの符号付き順位検定を行った。その結果、Preと比較してFollowupのCFQ-28得点が有意に低減していた。

各群におけるPre, Followupでの非構造的ダイエット行動の変化 Pre, Followupにおける非構造的ダイエット行動の変化を検討するためにWilcoxonの符号付き順位検定を行った結果、非構造的ダイエット行動がPreと比較してFollowupでの各行動が低減していることが示された（ $Z=-2.21$, $p<.05$ ）。しかし群間における差異はみとめられなかった。

これらのことから、WRTを用いることで思考と現実を混同してしまうといった認知的フュージョン、非構造的ダイエット行動に影響を与えることが明らかにされた。